

משבר הקורונה

מומחים מדברים





תוכן העניינים

- על המומחים ואשליית ההבנה | 4-9
- קורונה והבנקים -
- איך משבר הקורונה עלול להשפיע על הבנקים | 10-13
- משבר הקורונה (COVID-19) והחיסכון הפנסיוני | 14-17
- קורונה מהיבט פסיכולוגי 11/9 - או 11/3? | 18-21
- התפרצות נגיף הקורונה באספקלריה של בריאות הציבור - מספסל הלימודים ל"תירגול באש חיה" | 22-25
- על התמודדות החוג לסיעוד עם נגיף הקורונה | 26-29
- מים תחילה בכל ארוחה - עוזרים למניעת השמנה | 30-33
- גילנות והיחס כלפי האוכלוסייה הזקנה בתקופת משבר הקורונה | 34-35
- ההשלכות הגיאופוליטיות של משבר נגיף הקורונה | 36-37
- הלכה וסגר - השפעות הדדיות | 38-40

על המומחים ואשליית ההבנה

ד"ר אלדד שידלובסקי | הפקולטה לכלכלה



משבר הקורונה מעלה שאלות רבות בתחומים רפואיים, כלכליים, חברתיים ותרבותיים. מבחינה רפואית אם מספר המתים לא גבוה מזה של שפעת, מדוע העולם עצר מלכת כעת ואינו עוצר מלכת בשפעת עונתית רגילה? האם הקורונה היא "שפעת עם יחסי ציבור" כפי שכינה אותה פרופסור יורם לס שמייחס את הפאניקה להשפעת הרשתות החברתיות וחולשת הפוליטיקאים שנכנעים להלכי רוח פופוליסטים, או לחילופין האתגר הניצב בפני המערכת הרפואית בארץ ובעולם שונה מזו של שפעת רגילה? שאלה נוספת, האם אתגר זה מצדיק מבחינת עלות תועלת שיתוק המערכות הכלכליות והנזק הכלכלי, הבריאותי והנפשי שיגרם למיליוני בני אדם עקב כך, זאת בנוסף לעובדה שטיפולים רפואיים נדחים בימים אלה ומסכנים אף הם חיי אדם?

מומחים רבים עוסקים בשאלות אלה ובתחזיות של היום שאחרי. כיצד ייראה עולמנו לאחר משבר הקורונה? באופן לא תמוה המשבר לא גורם לרוב האנשים לסטות הרבה מהדעות שהחזיקו קודם לכן. חסידי הגישה הקפיטליסטית ימשיכו לטעון שזו השיטה הטובה ביותר וללא גישה זו לא היו בידינו את המשאבים הנחוצים לטפל במשבר זה. חסידי הגישה הסוציאל דמוקרטית יטענו שהמשבר הוא הוכחה לנחיצותה של ממשלה גדולה, שהרי יש להגדיל את מערכת הבריאות ובתקופת חירום כולם פונים לממשלה שתסייע.

לגבי העולם שאחרי המשבר עולות הרבה שאלות נוספות:

- ◀ האם התיירות, הטיסות, והתצרוכת יחזרו לרמה שלפני המשבר ואם כן מתי?
 - ◀ האם שיתוף הפעולה בין המדינה והתאגידים יגדל?
 - ◀ כיצד ישפיע הריחוק הפיזי שנכפה עלינו על החיים שאחרי?
 - ◀ האם המעקב אחר האזרחים יגדל והפרטיות שלנו תוסיף להיפגע?
 - ◀ האם המערכת הדמוקרטית בארץ תיפגע בשל המשבר הפוליטי שנלווה למשבר הקורונה והביא להפרת האיזונים והבלמים, פגיעה במוסדות הדמוקרטיים, והשימוש בתקנות לשעת חירום למנוע הפגנות, מפגשים ושאר החרויות הבסיסיות של הפרט?
 - ◀ האם אי השוויון בין עשירים לעניים יגדל?
 - ◀ האם השימוש ברשתות חברתיות יגבר?
 - ◀ האם בעקבות המשבר הבדלנות והלאומנות בעולם תגבר או לחילופין יתחדד הצורך בשיתוף פעולה בינלאומי להילחם במגפה הנוכחית ובזו שעלולה להתרחש בעתיד, ולמנוע משברים אקולוגיים, אקלימיים, גרעיניים ועוד?
 - ◀ האם יוקמו גופים בינלאומיים במטרה לקדם חידושים בתחום הציוד הרפואי, תרופות ומניעת מגפות?
 - ◀ האם ייווצר סדר עולמי חדש שבה ארה"ב תאבד את ההגמוניה שלה?
 - ◀ מה יקרה לסחר הבינלאומי, לתלות שלנו בארצות אחרות כאשר המשבר הנוכחי העלה את החשש לתרחישי הפסקת סחר בין המדינות?
 - ◀ כיצד ישתנו מערכות הבריאות בעולם?
- אלה רק מקצת השאלות שנשאלות ומומחים רבים מביעים את דעתם בנושאים אלה. מחובתנו להעריך את הצפוי, לתכנן תוכניות ולנסות להיערך לצפוי בצורה הטובה ביותר. עם זאת, רוב ההערכות בייחוד ארוכות הטווח צפויות להתבדות. אנסה להסביר זאת, בהתייחס למגבלות החשיבה האנושית בחיזוי אירועים על בסיס תיאוריות שפותחו בהרחבה על ידי כהנמן וטברסקי ועל ידי וניסים טאלב.

א. החשיבה האנושית היא פשוטה ומוחשית. אנחנו מתייחסים למספר קטן של אירועים שהתרחשו במקום אינספור אירועים שיכלו להתרחש ולא התרחשו. כתוצאה מכך גורם האקראיות לא נלקח מספיק בהסבר של התרחשויות. כהנמן מכנה תופעה זאת, מה שאני רואה זה מה יש. אבל קיימת היסטוריה נעלמת אותה אני לא רואה וזאת כוללת אירועים שהתרחשו במקרה ובאותה מידה יכלו לא להתרחש. בנוסף אנחנו מקבלים מידע סלקטיבי. למשל העיתונות מדווחת על חברות עסקיות שהצליחו וכיצד פעלו ולא על כאלה שנכשלו. ייתכן שחברות רבות פעלו בדיוק כמו חברות שהצליחו אך נכשלו.

ב. ההסברים ניתנים בדיעבד לאחר שהאירוע התרחש. זוהי הטיית החוכמה לאחר מעשה. לאחר שהאירוע התרחש אנחנו בוחרים באופן סלקטיבי את הסיבות שמסבירות את האירוע ומתעלמים מכל האירועים והסיבות שיכלו להביא לתוצאה שונה. כתוצאה מכך יש אשליה שאם העבר ניתן להסבר אז גם העתיד ניתן לחיזוי.

ג. ההיסטוריה האנושית לא חוזרת על עצמה ולכן בניגוד למדעים המדויקים לא ניתן לבצע ניסוי שיוכיח שהתוצאה שהתרחשה היא בלתי נמנעת.

ד. ההסבר שאנו יוצרים להבנת אירועים הוא קוהרנטי בגלל שלעיתים קרובות אנו מתייחסים למעט גורמים שהשפיעו על התוצאה הספציפית. ההתייחסות למעט גורמים יוצרת אשליה של קוהרנטיות הסיפור. קוהרנטיות אינה בהכרח ההסבר הנכון.

ה. קיימת נטייה אנושית לשכתב את הערכותינו לגבי סבירות התרחשות של אירוע מסוים לאחר שהאירוע התרחש וגם למצוא הצדקה לדברים שקודם לכן חשבנו לבלתי סבירים. זו הטיית התוצאה. אנחנו מעריכים אנשים לפי התוצאות של ההחלטות שקיבלו ולא לפי סבירות ההחלטה על פי המידע שהיי קיים ברשותם בעת שקיבלו את ההחלטה.



כהנמן שפיתח את הרעיונות האלה הושפע מהניסיון האישי שלו. בצעירותו הוא השתתף במיון ובקביעת מידת ההתאמה של מועמדים לקורס קצינים. כותב כהנמן

שלאחר צפיה בת שעה בהתנהגותו של חייל בסיטואציה מלאכותית חשנו שאנו יודעים באיזה מידה של הצלחה הוא יתמודד עם אתגרי קורס קצינים. הבדיקה בין תוצאות האבחונים למידת ההתאמה בפועל לאור ההשגים שלהם בקורס היה קלוש ביותר. לטענת כהנמן למרות שהוא והצוות ידעו שההתאמה בין האבחונים שלהם לביצועים בפועל היא קלושה זה לא הפחית את תחושת הביטחון שלו ושל הצוות שעבד עימו כאשר למחרת היום הגיעה קבוצה חדשה אותה היה עליהם לאבחן. ביטחון בשיפוט אינו הערכה מנומקת של ההסתברות ששיפוט זה הוא נכון. ביטחון הוא תחושה המשקפת את הקוהרנטיות של המידע ואת הקלות הקוגניטיבית של עיבודו. הצהרות של ביטחון רב מעידות שהרכבנו סיפור קוהרנטי, אבל שהוא לא בהכרח נכון.

בהקשר לאמינות של תחזיות ראיין הפסיכולוג הפוליטי פיליפ טטלוק 284 אנשים שהתפרסמו ממתן עצות לגבי מגמות פוליטיות וכלכליות. הוא נתן להם שאלות לגבי האזורים שהם מתמחים בהם ולגבי האזורים שהם יודעים עליהם פחות. הוא שאל את המומחים כיצד הגיעו למסקנות, כיצד הגיבו כשהתברר שהם טעו וכיצד העריכו ראיות שלא תמכו בעמדתם.

מסקנת המחקר שהביצועים היו חלשים, והניבויים של המומחים לא עלו בהרבה על מי שאינם מומחים.

לעיתים, בעלי הידע הרב ביותר הם פחות מהימנים, כיוון שמפתחים אשליה מועצמת של המיומנות, כמו ביטחון יתר שאינו מציאותי. המסקנה שלו הייתה שהמומחים לא טובים יותר ב"קריאת" המפה המתהווה מעיתונאים או מקוראים קשובים של הניו יורק טיימס.

טטלוק מצא גם שמומחים לא ששו להודות ששגו, וכאשר נאלצו להודות בטעות היה להם אוסף נכבד של תירוצים: הם טעו רק בתזמון, אירוע בלתי צפוי צץ פתאום, או שהם טעו רק מהסיבות הנכונות.

הלקח אינו שאנשים המנסים לנבא את העתיד מרבים לטעות, זה מובן מאליו. הלקח הראשון של כהנמן הוא הוא שטעויות בניבוי הן בלתי נמנעות מפני שהעולם בלתי ניתן לניבוי. הלקח השני הוא שאי אפשר לסמוך על ביטחון סובייקטיבי רב כמדד לדיוק.

אפשר לחזות מגמות קצרות טווח, ואפשר לנבא בדיוק מסוים הישגים והתנהגויות עתידיות על סמך השגים והתנהגויות בעבר. אבל אל לנו לפתח ציפיות מבני סמכא המנבאים לטווח ארוך.

בהקשר זה, מספר כהנמן על שיתוף פעולה עם גארי קליין שחלק על גישתו של כהנמן וייחס משקל גבוה לאינטואיציה של מומחים, זאת על סמך מחקרים שביצע על מפקדים של צוותי כבאים.

לאחר עבודה משותפת שלהם שארכה מספר שנים הם הגיעו למסקנה שההבדלים ביניהם נובעים מתחומי המחקר השונים שלהם. קליין חקר מפקדי כבאים, אחיות מוסמכות ואנשי מקצוע בעלי מומחיות מסוימת. לעומת זאת, כהנמן חקר פסיכולוגים קליניים, יועצי השקעות במניות ואנשים מתחום מדע המדינה המנסים ליצור תחזיות ארוכות טווח.

המסקנה שהם הגיעו שניתן לסמוך על המומחה כאשר הסביבה סדירה דיה כדי להיות ניתנת לניבוי ויש לנו הזדמנות ללמוד את הסדירויות הללו באמצעות תרגול מתמשך.

למשל משחק השחמט או נהיגה ברכב הן דוגמאות לסביבה סדירה, ולתחומים בהם הפידבק הוא מיידי. לעומת זאת, סביבות פוליטיות וכלכליות הן לא סדירות.



לסיכום, הניסיון בהתפרצות מגפות מסוג דומה למגפת הקורונה מאפשר אולי לחזות את המגמות האפידמיולוגיות. לעומת זאת שינויים כלכליים, חברתיים, פוליטיים ותרבותיים אינם ניתנים לחזוי. הבעיה אינה של המומחים, הבעיה היא שעולמנו המורכב אינו ניתן לחיזוי. הבעיה של המומחים קיימת במידה ויוצרים אשליה שניתן לחזות דברים בלתי ניתנים לחזוי.

אז האם המסקנה שאין עלינו לתכנן? לא זו המסקנה. עלינו לגבש תרחישים שונים אפשריים ולהיערך לקראתם, כל עוד אנו מודעים שהתרחיש הוא אפשרות אחת, ייתכן סבירה, מתוך מגוון תרחישים אפשריים. ולכן עלינו לגלות גמישות ויכולת התאמה לשינוי ההיערכות כאשר האירועים מתרחשים אחרת משתכננו.

מכיוון שלעולם לא נוכל לדעת בוודאות מה יהיה המשבר הבא ומתי הוא יתרחש האתגר של כולנו הוא לתכנן מערכות יציבות וגמישות שיכולות להתמודד עם מגוון נרחב של אירועים בלתי צפויים.

תוכניות מגירה מתאימות להתמודדות עם תרחישים של אירועים מרובי נפגעים, ממגוון סיבות אפשריות, ולו רק ברמת ההחלטה לגבי הגורם המרכזי המנהל אותם היה מייעל את ההיערכות הנוכחית, ואולי חוסך חלק ממאבקי הכוחות בין הגורמים השונים המנהלים את המשבר.

קורונה והבנקים - איך משבר הקורונה עלול להשפיע על הבנקים

ד"ר מרים קראוס | ראש החוג לכלכלה ושוק ההון,
הפקולטה לכלכלה



משבר הקורונה מהווה איום לשוק ההון והמוסדות השונים הפועלים בו. המשבר הנוכחי משפיע על המשק כולו ובשונה מהמשבר של 2008 לא נובע מהתנהלות הבנקים. משבר הקורונה של 2020 יוצר משבר כלכלי שעלול לגרור אחריו משבר פיננסי.

אם נתייחס לבנקים ניתן לראות מספר מקורות סכנה למוסדות פיננסיים אלה. תחילה נסתכל על הנכסים של הבנק. לבנקים יש תיק אשראי גדול הכולל בתוכו את ההלוואות שניתנו למשקי בית, לעסקים ולפירמות. מאחר ואחוז גדול מהפרטים במשק איבדו את מקור פרנסתם הם יתקשו לפרוע הלוואות. משקי בית למשל, לקחו הלוואות לפני משבר הקורונה כדי לממן הוצאות שוטפות (מזון, חינוך, שיפוצים וכד.). וכן למימון נכסים כמו רכבים ודירות (משכנתא). כאשר לפרטים אין מקורות הכנסה לצרכים בסיסיים הם מפסיקים לפרוע הלוואות. אם יש בטחונות כנגד ההלוואות הבנקים יכולים לממש אותם. אבל, כאשר לפרטים אין כסף, אין ביקוש לרכבים ולדירות שמשמשים כבטחונות. כתוצאה מכך הבנקים יתקשו לממש בטחונות בערך האמיתי שלהם ובזמן קצר. הבטחונות פחות מועילים לבנקים בזמן משבר חמור כל כך והבנקים מפסידים כסף. הבנקים כמובן מפסידים כאשר הלוואות שניתנו ללא בטחונות אינם נפרעים. לבנקים יש גם תיק ניירות ערך המנוהל בין היתר לצרכי נזילות של הבנקים. אולם בזמן המשבר הבורסה הופכת להיות מאוד

מסוכנת: ניירות ערך מאבדים חלק גדול מערכם ומחיריהם הופכים להיות תנודתיים מאוד. כתוצאה מכך הבנקים מאבדים כסף בגלל הפסדים הנובעים מתיק ניירות הערך שלהם.

בצד ההתחייבויות הבנקים גם חשופים לסיכונים. הפקדונות הם ברובם נזילים וכאשר בנק מפסיד מערך נכסיו הוא יתקשה לעמוד במשיכת פקדונות על ידי הציבור שכן נכסי הבנק הם מקור חשוב לפרעון פקדונות. בד בבד הבנק עלול להתקשות בגיוס פקדונות חדשים שהרי לפרטים יש פחות כסף. במקרה קיצוני, הציבור עלול לחשוש מיציבות הבנקים בעת משבר כלכלי וירוך למשוך פקדונות בהיקפים גדולים, מצב המסכן את הבנקים. גם אגרות חוב שהבנקים הנפיקו כדי לממן את נכסיהם הם מקור סיכון: הבנקים חייבים לפרוע אותם בתנאים שנקבעו בזמן הנפקתם, לפני פרוץ משבר הקורונה. יחד עם זאת הבנקים עלולים להתקשות בגיוס כסף חדש באמצעות אגרות חוב שהרי מחירי ניירות ערך יורדים והתשואה עליהם עולה, דבר שמשקף את הסיכון החדש של הבנקים וגורם לעליה בהוצאות הבנקים על מקורות כספיים חדשים.

אם כן, סכנת פשיטת רגל של בנקים קיימת וקריסת הבנקים תעמיק את המשבר הכלכלי אליו נקלע המשק. למשק יש אינטרס למנוע פשיטת רגל של הבנקים. איך אפשר לסייע לבנקים? תחילה, לבנק המרכזי יש כלים לתמוך בבנקים במידת הצורך על ידי מתן הלוואות לבנקים בשעת חרום. בנוסף, הפיקוח יכול להקל בכללים המחמירים ולאפשר לבנקים למצוא דרכים למנוע הפסדים גדולים מאוד מתוך מחשבה שהמשק בסופו של דבר יתאושש. כמו-כן, הבנקים ממומנים באמצעות הון עצמי בשיעור הנתון לפיקוח. לכן, הראשונים שמפסידים כסף הם בעלי המניות דבר שלא מוביל לפשיטת רגל של הבנקים, כל עוד יש מספיק הון עצמי. ואולי הדבר החשוב ביותר הוא התמיכה הממשלתית בפרטים ובחברות במשק שכן אם הממשלה דואגת לתזרים כספים לפרטים במשק באמצעות דמי אבטלה ותמיכה בעסקים אז הפרטים יכולים להמשיך להתנהל פחות או יותר באופן רגיל, כולל בפרעון הלוואות. ככל שפחות פירמות ועסקים יפשטו רגל, לבנקים יש סיכוי טוב יותר להנות מפרעון שוטף של ההלוואות שניתנו.

הדיון למעלה מתייחס לפגיעה המיידית בבנקים ומניעת פשיטת רגל שלהם. אולם הבנקים עלולים להמשיך לסבול מהמשבר הכלכלי גם בהמשך גם כאשר המשק

יתחיל בתהליך התאוששות. היקף הפעילות שלהם עלול לרדת כתוצאה ממיתון בכלכלה ומאי הוודאות שתלווה את היציאה מהמשבר. הדבר יתבטא בקושי של הבנקים בגיוס מקורות כספיים דרך פקדונות שעלול להווצר כתוצאה מירידת מקורות הכנסה של הפרטים במשק וגם בגיוס מקורות כסף באמצעות הנפקת אג"ח שעלותם לבנקים גדלה. כמו כן יתכן שיהיו פחות מועמדים לקבלת אשראי שכן לווים פוטנציאליים כמו עסקים או רוכשי דירות יעלמו או יחששו לקחת הלוואות חדשות כתוצאה מהאטת הפעילות במשק והאי וודאות. במקביל יתכן והבנקים ימנעו מלתת הלוואות או ינקטו בזהירות יתר מפני שלווים יהפכו להיות הרבה יותר מסוכנים. צמצום בהיקף הפעילות של הבנקים עלול לפגוע ברווחיותם גם בהמשך לאחר שהמשבר יסתיים.



משברים הם הזדמנויות להתחלות חדשות גם בתחום הבנקאות. הבנקים בוודאי יזהו את ההזדמנויות הללו. מנסיון של משברים קודמים אנחנו יודעים שיש להם ידע וכלים לצלוח תקופות קשות. אחד התחומים שבהם המשבר יכול להוות הזדמנות לבנקים הוא הבנקאות האינטרנטית. עד פרוץ המשבר הבנקים התקשו להעביר לקוחות ותיקים להתנהלות אינטרנטית, דבר שהכביד על היכולת של הבנקים להתחרות מול בנקים אינטרנטיים חדשים. מצב הריחוק החברתי שנוצר יכול ליצור הזדמנות להסב עוד לקוחות של הבנקים לקבלת שירותים און-ליין ולפתח את השירותים האינטרנטיים הבנקאיים. מענין יהיה גם לגלות כיצד הבנקים האינטרנטיים החדשים והחידושים בתחום התיווך הפיננסי כגון אתרי גיוס שמתחרים בבנקים המסורתיים, ישרדו את המשבר הנוכחי, את אי הוודאות ואת הסיכונים המוגברים שנוצרו. האם יצאו מוחלשים ויצרו הזדמנויות לבנקים המסורתיים לבסס את מעמדם החזק או לחילופין יתחזקו והתחרות מול הבנקים המסורתיים תגבר? בין היתר, התוצאה הסופית בתחום התחרות בבנקים תהיה תוצר של התנהלות הבנקים המסורתיים בתקופת המשבר והיציאה ממנה.



משבר הקורונה (COVID-19) והחיסכון הפנסיוני

ד"ר רות רובינשטיין-לוי | הפקולטה לכלכלה



במהלך העשורים האחרונים, הוחלו בישראל רפורמות רבות ומגוונות בכל הנוגע לחיסכון הפנסיוני של העובדים. המגמה העולה מן הרפורמות הללו מייצגת מדיניות של העברת האחריות לחיסכון הפנסיוני לידי הציבור.

אחת הרפורמות הבולטות ביותר בתחום החיסכון הפנסיוני יושמה בשנת 1995 (עקב משבר קרנות הפנסיה הגרעוניות), עם סגירת קרנות הפנסיה הוותיקות בפני מצטרפים חדשים ופתיחת קרנות הפנסיה החדשות. אסביר מעט על כמה מההבדלים החשובים בין קרנות הפנסיה הוותיקות והחדשות-

שיטת החיסכון שהייתה נהוגה בקרנות הפנסיה הוותיקות הגדירה את זכויות העובדים לפנסיה (שיטת Defined Benefits). בהתאם לכך, כל עובד שחסך בקרן פנסיה ותיקה היה זכאי לצבירה לפנסיה בשיעור מוגדר וידוע מראש בהתאם למטריצת הזכויות של הקרנות, עד למקסימום של 70% מהשכר בגיל הפרישה.

בשונה מהשיטה שהונהגה בקרנות הפנסיה הוותיקות, לפי השיטה המונהגת בקרנות הפנסיה החדשות, ההפרשות לפנסיה (ולא הזכויות) הן אלו שמוגדרות (שיטת Defined Contribution). בשיטה זו, לכל מבוטח חשבון בקרן פנסיה, אליו הוא והמעביד מפרישים אחוזים מוסכמים מן השכר. מהפרשות אלה הקרן גובה דמי ניהול ודמי ביטוח, והיתרה המושקעת בשוק ההון, על אי הוודאות המאפיינת אותו,

מלבד 30% המושקעים באג"ח מיועדות. היתרה בחשבון נצברת לזכות המבוטח, שבפרישה יקבלה כתשלומי פנסיה. הפנסיה שיקבל החוסך אינה ידועה מראש, שכן היא תלויה בגורמים מגוונים ורבים, כמו דמי הניהול הנגבים, תשואות שהקרן תשיג, תוחלת החיים ועוד.

על מנת למקסם את הפנסיה העתידית שלו, בשיטת החיסכון החדשה, החוסך נדרש לקבל החלטות רבות ומגוונות. בין היתר, עליו לבחור את רמת החשיפה של החיסכון הפנסיוני שלו לסיכון (ובהתאם לכך את תוחלת התשואה שהוא ישיג), להפחית ככל שיוכל את דמי הניהול שהוא משלם, לבחור את הכיסויים הביטוחיים שלו בהתאם לצרכיו הספציפיים ועוד.

מאז המעבר לחיסכון פנסיוני בקרנות הפנסיה החדשות נושא קבלת החלטות חיסכון פנסיוני על ידי החוסכים עצמם הפך חשוב מאין כמוהו בימים כתיקונם. בימים קשים לחסכונות של כולנו, כמו ימים אלו בהם משבר הקורונה נותן את אותותיו באופן אקוטי על הכספים המושקעים בשוק ההון, נושא קבלת החלטות חיסכון פנסיוני מקבל משנה חשיבות. למרות זאת, רוב העובדים אינם מבינים כמעט כלל את הנושא ונמנעים מלקבל החלטות חשובות או מקבלים החלטות לא מיועדות בנושא.

מנתוני הסקר החברתי לשנת 2012 של הלשכה המרכזית לסטטיסטיקה, אשר עסק בהסדרי פנסיה ופרישה והתארגנות עובדים עולה כי 62% מבעלי הסדר פנסיה אינם יודעים כלל מהו הסכום שיעמוד לרשותם לאחר פרישה ובאילו תנאים, 40% כלל אינם יודעים מהו האחוז מהשכר או סכום ההפקדה שהם מפקידים להסדר הפנסיה שלהם, 32% יודעים רק באופן חלקי כמה הם מפקידים, 77% כלל אינם יודעים מהן הטבות המס הנובעות מהסדר הפנסיה שלהם ו- 68% אינם יודעים כלל מהו אחוז דמי הניהול שהם משלמים.

נתוני הסקר מצביעים על כך שרוב העובדים חסרי ידע בסיסי בכל הנוגע לחיסכון הפנסיוני שלהם. מחקרים מצביעים על כך שהגורם המשמעותי ביותר לכך הוא היעדר אוריינות פיננסית. לעובדים פשוט אין את הכלים (הידע הפיננסי הנדרש) על מנת לקבל החלטות שקולות ורציונליות בנושא, והעובדה שהחיסכון הפנסיוני הוא נושא סבוך ודינאמי, רק מעצימה את הבעיה.

היעדר ניהול החיסכון הפנסיוני של העובדים, משפיע לרעה על הפנסיה העתידית שלהם, שכן עובדים שאינם מנהלים את החיסכון הפנסיוני שלהם במקרים רבים ישאירו את החיסכון הפנסיוני בקרן פנסיה שאינה מצליחה להשיג תשואות טובות. הם לרוב ישלמו דמי ניהול גבוהים לקרן הפנסיה, הם עשויים לשלם עבור כיסויי ביטוח מיותרים, להימצא במסלול השקעה שאינו מתאים למאפייניהם וכך להפסיד תשואה או ליטול סיכונים מיותרים ועוד.

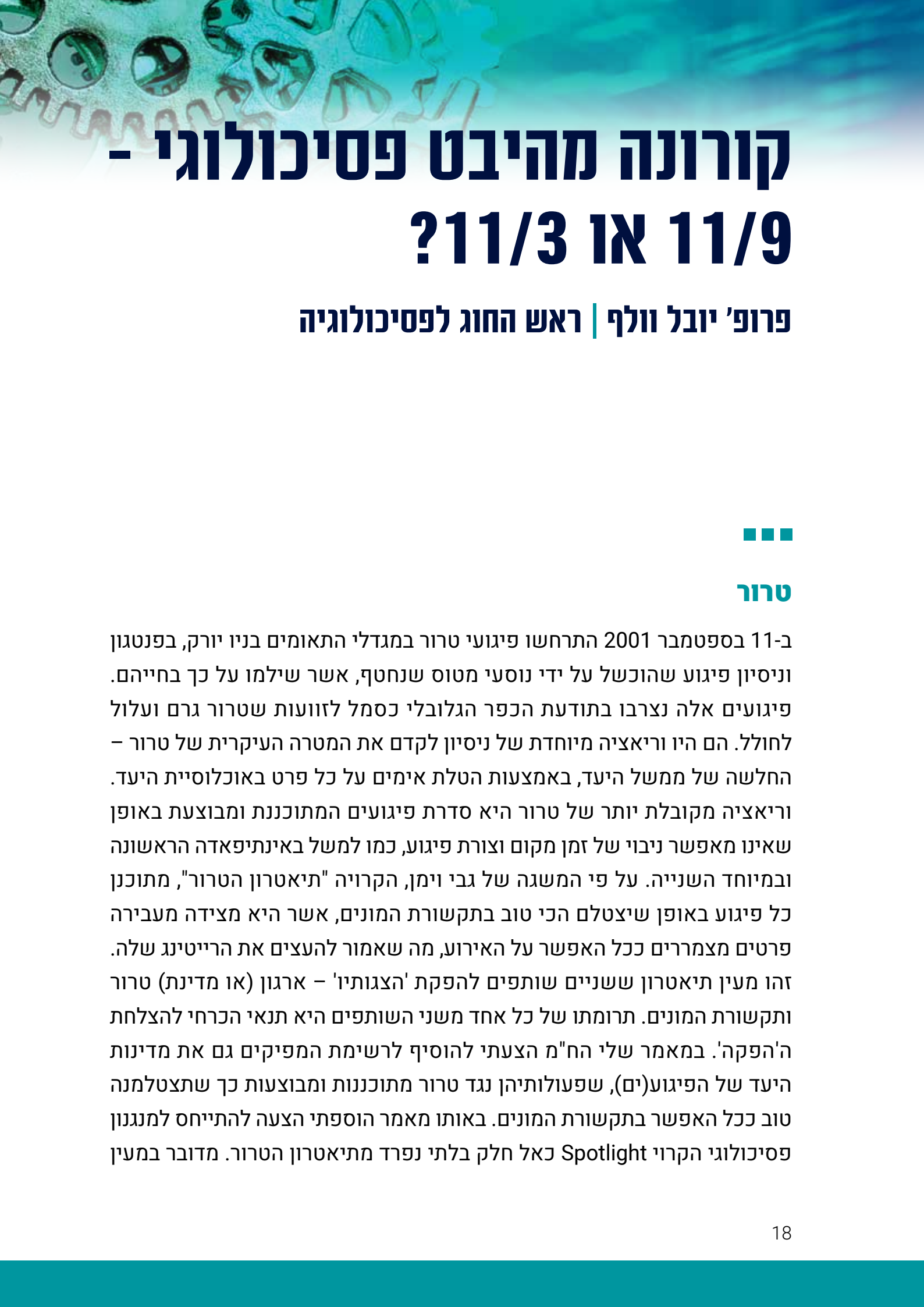
בימי משבר הקורונה, השפעת היעדר ניהול החיסכון הפנסיוני או ניהול לקוי שלו הופכים קריטיים לאור הפגיעה המשמעותית האפשרית במיוחד בימים אלו בחוסכים לפנסיה. כך למשל, חוסכים לקראת פרישה שנמצאים במסלול עתיר סיכון, יספגו הפחתה משמעותית בקצבה החודשית שלהם עקב הירידות החזקות הנצפות בשוק ההון בתקופה זו. חוסכים שמבצעים דווקא כעת משיכות מאסיביות מן החיסכון שלהם, יפגעו בקצבה העתידית שלהם בגלל הקטנת הסכום הצבור בקרן הפנסיה ומכיוון שהכספים שנמשכו לא יושפעו מהתיקונים הבאים לרוב בשוק ההון לאחר משברים פיננסיים. בהקשר זה חשוב לציין כי הנפגעים העיקריים מהיעדר ניהול החיסכון הפנסיוני הם דווקא העובדים המוחלשים.

המדינה מודעת לקשיים המלווים את החוסכים בקרנות הפנסיה החדשות ולפיכך נוקטת באמצעים מגוונים על מנת לסייע לחוסכים בניהול החיסכון. ניתן למנות על אמצעים אלו את מכרז קרנות הפנסיה של ברירת המחדל שהוציאה רשות שוק ההון על מנת להוזיל את דמי הניהול בקרנות הפנסיה, ואת המודל תלוי הגיל (חכ"מ) שמשנה את רמת החשיפה של החוסך לסיכון בהתאם לגילו. כל אלו אינם מספיקים. שיעור העוני בקרב הקשישים בישראל הוא מהגבוהים ביותר בעולם המערבי. כמעט רבע מהקשישים נמצאים מתחת לקו העוני. המצב צפוי להחמיר בתקופה הקרובה נוכח השפעות משבר הקורונה על האוכלוסייה הפורשת לגמלאות בימים אלו, תוך שהפנסיה שלה מופחתת משמעותית.



לסיכום הדברים אומר שמשבר הקורונה מעורר תהיות רבות –

האם מעורבות המדינה בניהול החיסכון הפנסיוני מספקת לאור התנהלות החוסכים? ואולי יש מקום לשקול מתן ייעוץ פנסיוני מטעם המדינה שיאפשר מצד אחד ניהול טוב יותר של החיסכון על ידי העובדים ומצד שני ישמור על זכותם של העובדים לבחור במוצר הפנסיוני המתאים להם. האם יש מקום לשקול שינוי משמעותי בשיטת החיסכון לפנסיה? האם יש מקום לשקול מחדש את האפשרות להגדיל את רשת הביטחון של המדינה לחוסכים לגמלאות?



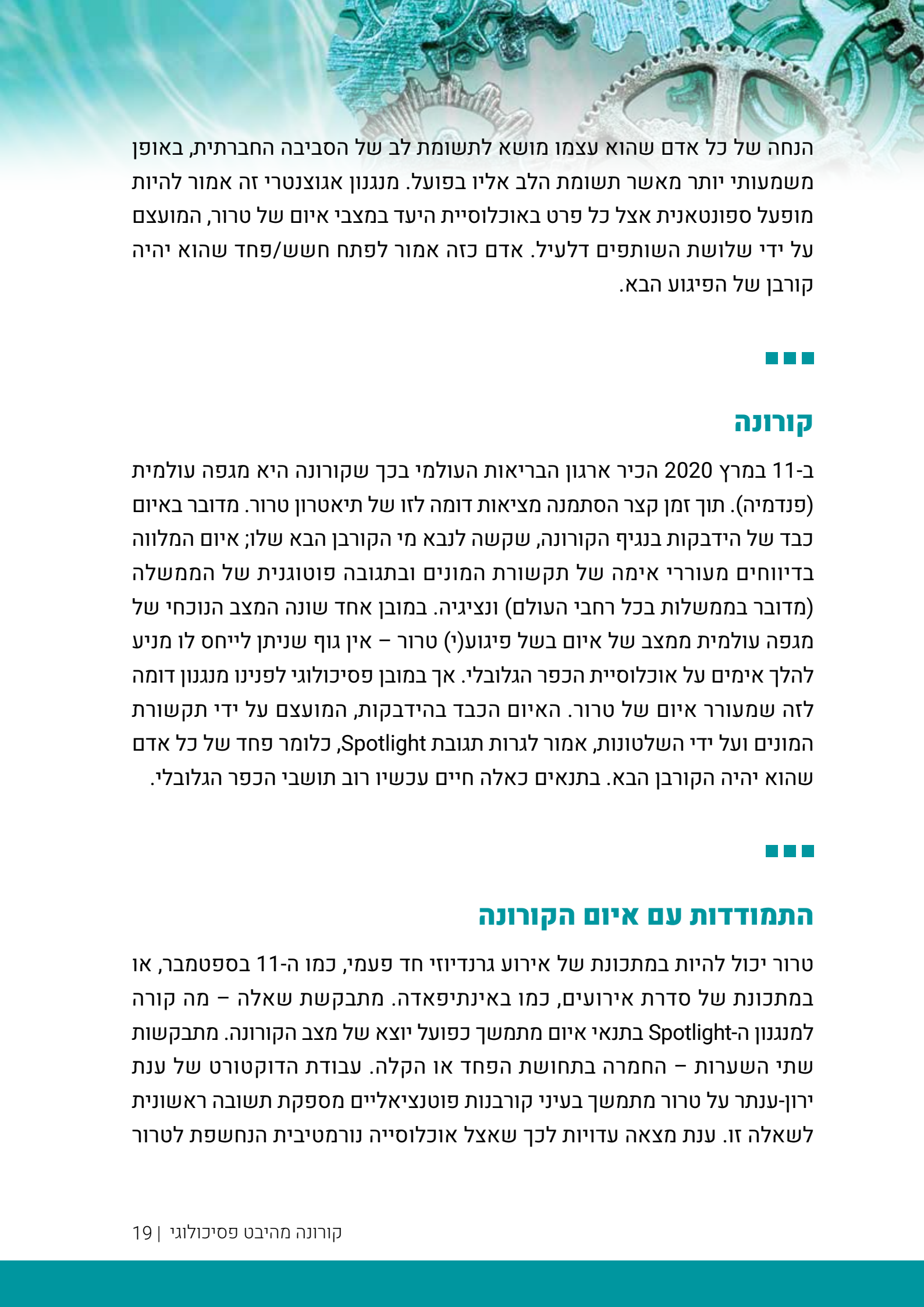
קורונה מהיבט פסיכולוגי - 11/9 או 11/3?

פרופ' יובל וולף | ראש החוג לפסיכולוגיה



טרור

ב-11 בספטמבר 2001 התרחשו פיגועי טרור במגדלי התאומים בניו יורק, בפנטגון וניסיון פיגוע שהוכשל על ידי נוסעי מטוס שנחטף, אשר שילמו על כך בחייהם. פיגועים אלה נצרבו בתודעת הכפר הגלובלי כסמל לזוועות שטרור גרם ועלול לחולל. הם היו וריאציה מיוחדת של ניסיון לקדם את המטרה העיקרית של טרור – החלשה של ממשל היעד, באמצעות הטלת אימים על כל פרט באוכלוסיית היעד. וריאציה מקובלת יותר של טרור היא סדרת פיגועים המתוכננת ומבוצעת באופן שאינו מאפשר ניבוי של זמן מקום וצורת פיגוע, כמו למשל באינתיפאדה הראשונה ובמיוחד השנייה. על פי המשגה של גבי וימן, הקרויה "תיאטרון הטרור", מתוכנן כל פיגוע באופן שיצטלם הכי טוב בתקשורת המונים, אשר היא מצידה מעבירה פרטים מצמררים ככל האפשר על האירוע, מה שאמור להעצים את הרייטינג שלה. זהו מעין תיאטרון ששניים שותפים להפקת 'הצגותיו' – ארגון (או מדינת) טרור ותקשורת המונים. תרומתו של כל אחד משני השותפים היא תנאי הכרחי להצלחת ה'הפקה'. במאמר שלי הח"מ הצעתי להוסיף לרשימת המפיקים גם את מדינות היעד של הפיגוע(ים), שפעולותיהן נגד טרור מתוכננות ומבוצעות כך שתצטלמנה טוב ככל האפשר בתקשורת המונים. באותו מאמר הוספתי הצעה להתייחס למנגנון פסיכולוגי הקרוי Spotlight כאל חלק בלתי נפרד מתיאטרון הטרור. מדובר במעין



הנחה של כל אדם שהוא עצמו מושא לתשומת לב של הסביבה החברתית, באופן משמעותי יותר מאשר תשומת הלב אליו בפועל. מנגנון אגוצנטרי זה אמור להיות מופעל ספונטאנית אצל כל פרט באוכלוסיית היעד במצבי איום של טרור, המועצם על ידי שלושת השותפים דלעיל. אדם כזה אמור לפתח חשש/פחד שהוא יהיה קורבן של הפיגוע הבא.



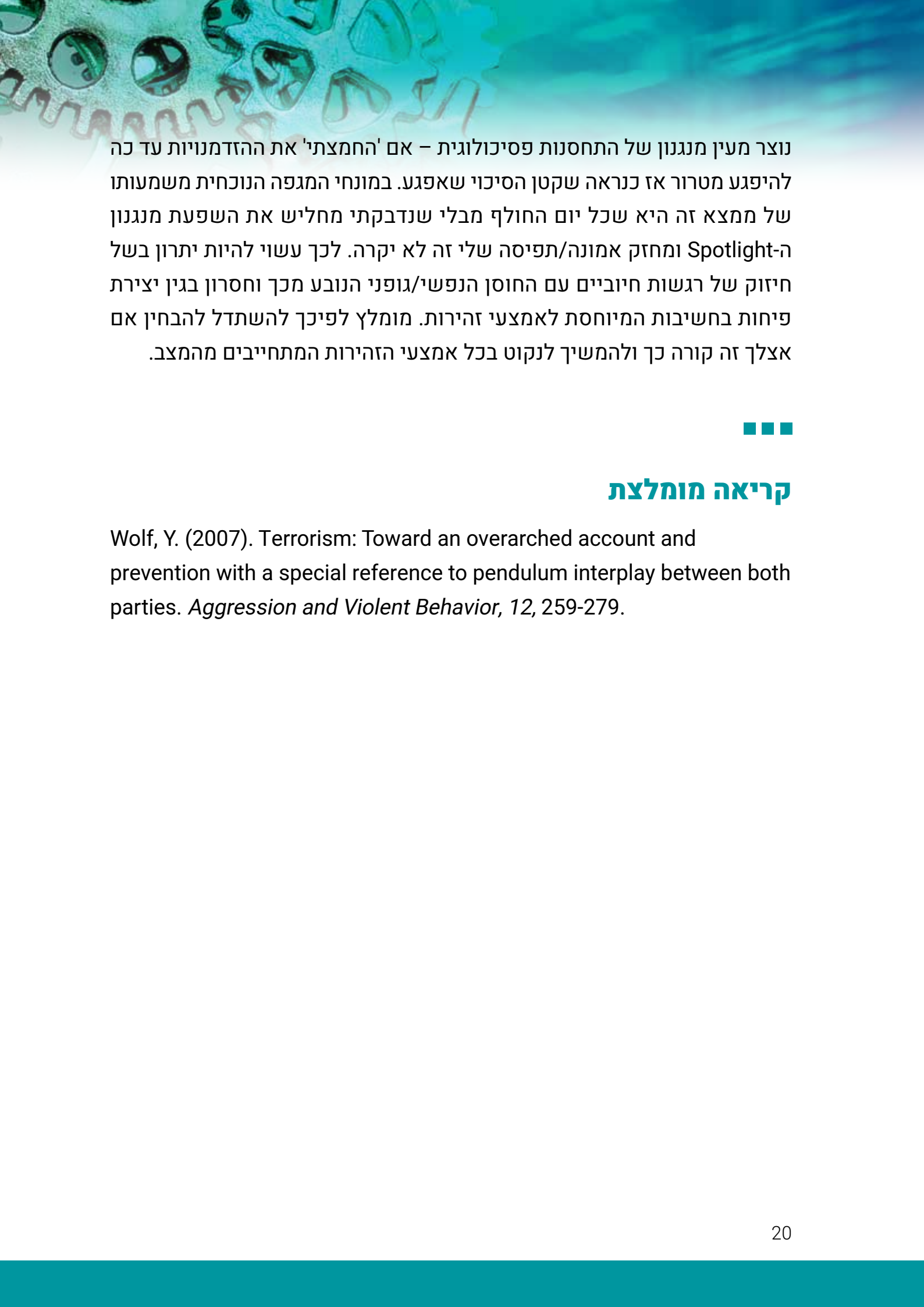
קורונה

ב-11 במרץ 2020 הכיר ארגון הבריאות העולמי בכך שקורונה היא מגפה עולמית (פנדמיה). תוך זמן קצר הסתמנה מציאות דומה לזו של תיאטרון טרור. מדובר באיום כבד של הידבקות בנגיף הקורונה, שקשה לנבא מי הקורבן הבא שלו; איום המלווה בדיווחים מעוררי אימה של תקשורת המונים ובתגובה פוטוגנית של הממשלה (מדובר בממשלות בכל רחבי העולם) ונציגיה. במובן אחד שונה המצב הנוכחי של מגפה עולמית ממצב של איום בשל פיגוע(י) טרור – אין גוף שניתן לייחס לו מניע להלך אימים על אוכלוסיית הכפר הגלובלי. אך במובן פסיכולוגי לפנינו מנגנון דומה לזה שמעורר איום של טרור. האיום הכבד בהידבקות, המועצם על ידי תקשורת המונים ועל ידי השלטונות, אמור לגרות תגובת Spotlight, כלומר פחד של כל אדם שהוא יהיה הקורבן הבא. בתנאים כאלה חיים עכשיו רוב תושבי הכפר הגלובלי.



התמודדות עם איום הקורונה

טרור יכול להיות במתכונת של אירוע גרנדיוזי חד פעמי, כמו ה-11 בספטמבר, או במתכונת של סדרת אירועים, כמו באינתיפאדה. מתבקשת שאלה – מה קורה למנגנון ה-Spotlight בתנאי איום מתמשך כפועל יוצא של מצב הקורונה. מתבקשות שתי השערות – החמרה בתחושת הפחד או הקלה. עבודת הדוקטורט של ענת ירון-ענתר על טרור מתמשך בעיני קורבנות פוטנציאליים מספקת תשובה ראשונית לשאלה זו. ענת מצאה עדויות לכך שאצל אוכלוסייה נורמטיבית הנחשפת לטרור



נוצר מעין מנגנון של התחסנות פסיכולוגית – אם 'החמצתי' את ההזדמנויות עד כה להיפגע מטרור אז כנראה שקטן הסיכוי שאפגע. במונחי המגפה הנוכחית משמעותו של ממצא זה היא שכל יום החולף מבלי שנדבקתי מחליש את השפעת מנגנון ה-Spotlight ומחזק אמונה/תפיסה שלי זה לא יקרה. לכך עשוי להיות יתרון בשל חיזוק של רגשות חיוביים עם החוסן הנפשי/גופני הנובע מכך וחסרון בגין יצירת פיחות בחשיבות המיוחסת לאמצעי זהירות. מומלץ לפיכך להשתדל להבחין אם אצלך זה קורה כך ולהמשיך לנקוט בכל אמצעי הזהירות המתחייבים מהמצב.



קריאה מומלצת

Wolf, Y. (2007). Terrorism: Toward an overarched account and prevention with a special reference to pendulum interplay between both parties. *Aggression and Violent Behavior, 12*, 259-279.

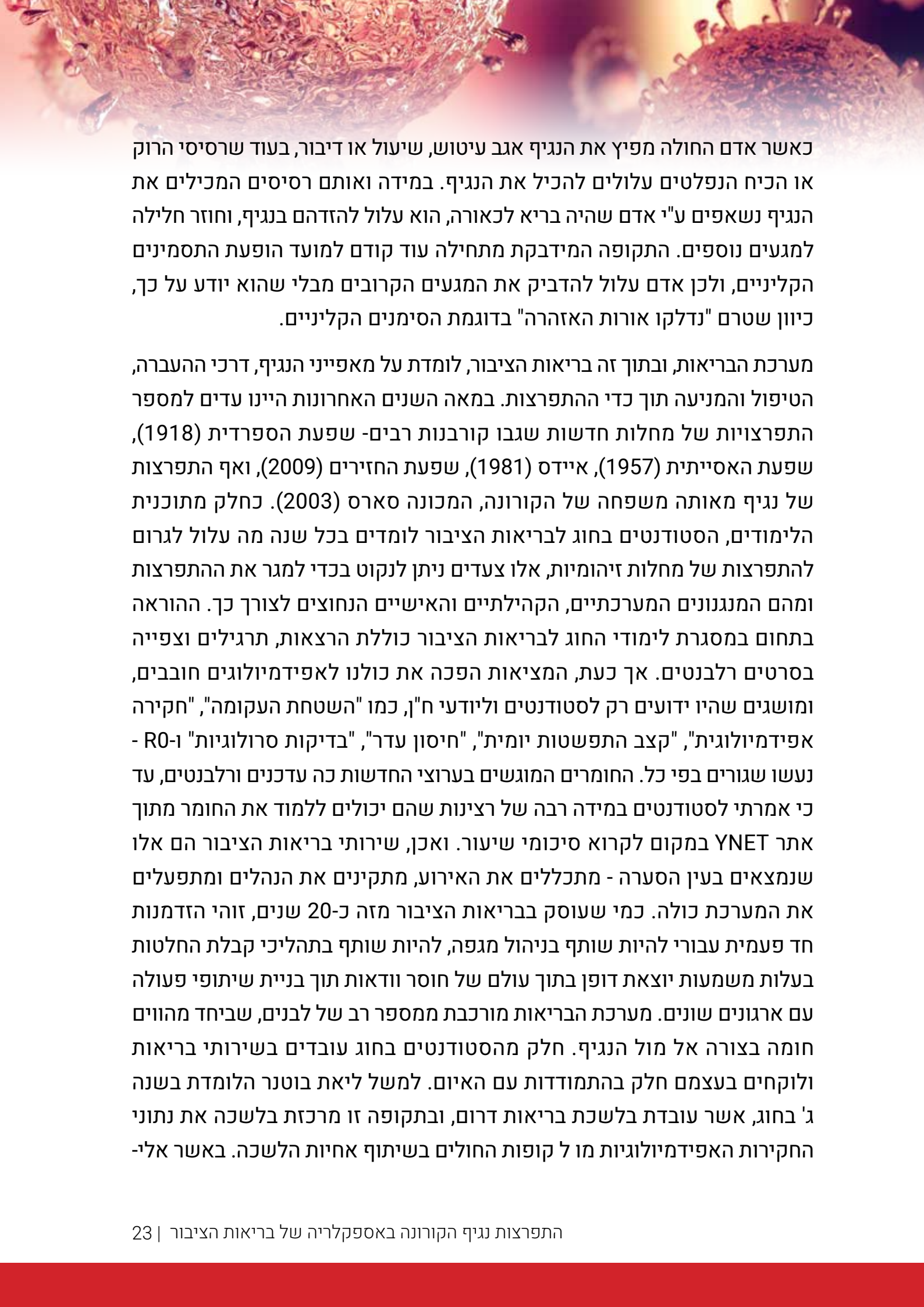


התפרצות נגיף הקורונה באספקלריה של בריאות הציבור - מספסל הלימודים ל"תירגול באש חיה"

פרופ' זהר מור | ראש החוג לבריאות הציבור

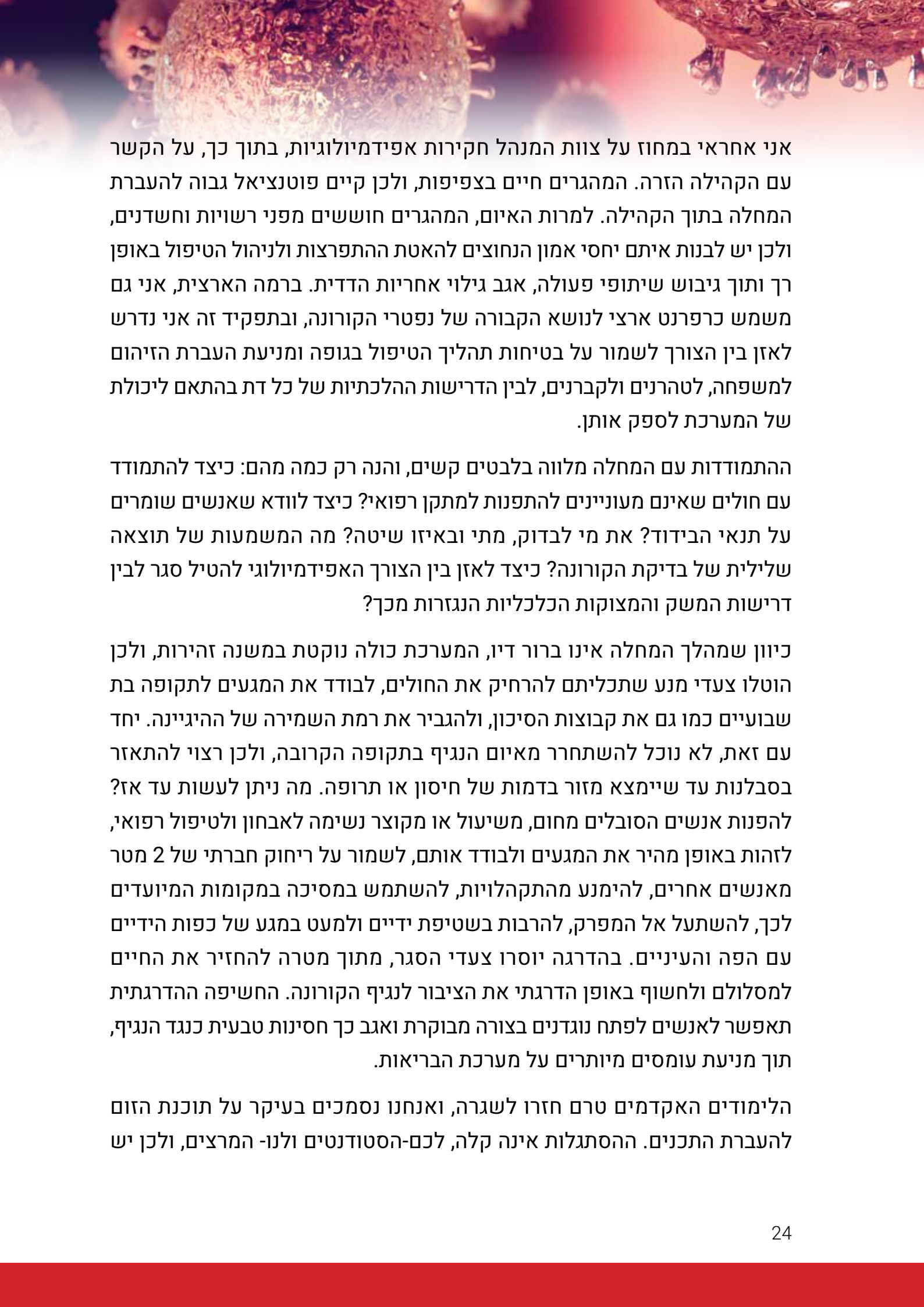


התפשטות נגיף הקורונה, שהחלה בישראל בחודש מארס 2019, משפיעה על חיינו באקדמיה ומחוצה לה, ונראה שתהליך החזרה לשגרה יהיה הדרגתי. מקור הנגיף בעטלפים אך הוא עבר התמרה גנטית שאפשרה לו להדביק בני אדם. כיוון שבני אדם טרם נחשפו לנגיף, הרי שאין להם נוגדנים, ולכן הם עלולים לפתח מחלה פעילה ולהדביק אנשים אחרים. ההופעה הקלינית של המחלה מגוונת - החל מחולה שאינו מביע תסמינים כלל, עבור למקרים קליניים המתבטאים בשיעול, קוצר נשימה או חום גבוה ועד להפרעות קשות בנשימה, וכאלה שהטיפול בהן מצריך הנשמה מלאכותית. מסתבר שסימני המחלה בקרב אנשים צעירים הם קלים יחסית, ואילו מבוגרים ואנשים הסובלים ממחלות כרוניות נמצאים בסיכון למחלה קשה יותר ולמוות. טרם נמצאה תרופה יעילה למחלה, והטיפול הרפואי לעת הזו מסתכם במעקב, במניעת הדבקה במחוללים נוספים ובמתן סיוע נשימתי במקרה הצורך. במקביל, נעשים גם מאמצים גדולים לפתח חיסון כנגד המחלה. ההדבקה מתרחשת



כאשר אדם החולה מפיץ את הנגיף אגב עיטוש, שיעול או דיבור, בעוד שרסיסי הרוק או הכיח הנפלטים עלולים להכיל את הנגיף. במידה ואותם רסיסים המכילים את הנגיף נשאפים ע"י אדם שהיה בריא לכאורה, הוא עלול להזדהם בנגיף, וחוזר חלילה למגעים נוספים. התקופה המידבקת מתחילה עוד קודם למועד הופעת התסמינים הקליניים, ולכן אדם עלול להדביק את המגעים הקרובים מבלי שהוא יודע על כך, כיוון שטרם "נדלקו אורות האזהרה" בדוגמת הסימנים הקליניים.

מערכת הבריאות, ובתוך זה בריאות הציבור, לומדת על מאפייני הנגיף, דרכי ההעברה, הטיפול והמניעה תוך כדי ההתפרצות. במאה השנים האחרונות היינו עדים למספר התפרצויות של מחלות חדשות שגבו קורבנות רבים - שפעת הספרדית (1918), שפעת האסייתית (1957), איידס (1981), שפעת החזירים (2009), ואף התפרצות של נגיף מאותה משפחה של הקורונה, המכונה סארס (2003). כחלק מתוכנית הלימודים, הסטודנטים בחוג לבריאות הציבור לומדים בכל שנה מה עלול לגרום להתפרצות של מחלות זיהומיות, אלו צעדים ניתן לנקוט בכדי למגר את ההתפרצות ומהם המנגנונים המערכתיים, הקהילתיים והאישיים הנחוצים לצורך כך. ההוראה בתחום במסגרת לימודי החוג לבריאות הציבור כוללת הרצאות, תרגילים וצפייה בסרטים רלבנטיים. אך כעת, המציאות הפכה את כולנו לאפידמיולוגים חובבים, ומושגים שהיו ידועים רק לסטודנטים וליודעי ח"ן, כמו "השטחת העקומה", "חקירה אפידמיולוגית", "קצב התפשטות יומית", "חיסון עדר", "בדיקות סרולוגיות" ו-R0 - נעשו שגורים בפי כל. החומרים המוגשים בערוצי החדשות כה עדכנים ורלבנטיים, עד כי אמרתי לסטודנטים במידה רבה של רצינות שהם יכולים ללמוד את החומר מתוך אתר YNET במקום לקרוא סיכומי שיעור. ואכן, שירותי בריאות הציבור הם אלו שנמצאים בעין הסערה - מתכללים את האירוע, מתקינים את הנהלים ומתפעלים את המערכת כולה. כמי שעוסק בבריאות הציבור מזה כ-20 שנים, זוהי הזדמנות חד פעמית עבורי להיות שותף בניהול מגפה, להיות שותף בתהליכי קבלת החלטות בעלות משמעות יוצאת דופן בתוך עולם של חוסר וודאות תוך בניית שיתופי פעולה עם ארגונים שונים. מערכת הבריאות מורכבת ממספר רב של לבנים, שביחד מהווים חומה בצורה אל מול הנגיף. חלק מהסטודנטים בחוג עובדים בשירותי בריאות ולוקחים בעצמם חלק בהתמודדות עם האיום. למשל ליאת בוטנר הלומדת בשנה ג' בחוג, אשר עובדת בלשכת בריאות דרום, ובתקופה זו מרכזת בלשכה את נתוני החקירות האפידמיולוגיות מן לקופות החולים בשיתוף אחיות הלשכה. באשר אלי-




אני אחראי במחוז על צוות המנהל חקירות אפידמיולוגיות, בתוך כך, על הקשר עם הקהילה הזרה. המהגרים חיים בצפיפות, ולכן קיים פוטנציאל גבוה להעברת המחלה בתוך הקהילה. למרות האיום, המהגרים חוששים מפני רשויות וחשדנים, ולכן יש לבנות איתם יחסי אמון הנחוצים להאטת ההתפרצות ולניהול הטיפול באופן רך ותוך גיבוש שיתופי פעולה, אגב גילוי אחריות הדדית. ברמה הארצית, אני גם משמש כרפרנט ארצי לנושא הקבורה של נפטרי הקורונה, ובתפקיד זה אני נדרש לאזן בין הצורך לשמור על בטיחות תהליך הטיפול בגופה ומניעת העברת הזיהום למשפחה, לטהרנים ולקברנים, לבין הדרישות ההלכתיות של כל דת בהתאם ליכולת של המערכת לספק אותן.

ההתמודדות עם המחלה מלווה בלבטים קשים, והנה רק כמה מהם: כיצד להתמודד עם חולים שאינם מעוניינים להתפנות למתקן רפואי? כיצד לוודא שאנשים שומרים על תנאי הבידוד? את מי לבדוק, מתי ובאיזו שיטה? מה המשמעות של תוצאה שלילית של בדיקת הקורונה? כיצד לאזן בין הצורך האפידמיולוגי להטיל סגר לבין דרישות המשק והמצוקות הכלכליות הנגזרות מכך?

כיוון שמהלך המחלה אינו ברור דיו, המערכת כולה נוקטת במשנה זהירות, ולכן הוטלו צעדי מנע שתכליתם להרחיק את החולים, לבודד את המגעים לתקופה בת שבועיים כמו גם את קבוצות הסיכון, ולהגביר את רמת השמירה של ההיגיינה. יחד עם זאת, לא נוכל להשתחרר מאיום הנגיף בתקופה הקרובה, ולכן רצוי להתאזר בסבלנות עד שיימצא מזור בדמות של חיסון או תרופה. מה ניתן לעשות עד אז? להפנות אנשים הסובלים מחום, משיעול או מקוצר נשימה לאבחון ולטיפול רפואי, לזהות באופן מהיר את המגעים ולבודד אותם, לשמור על ריחוק חברתי של 2 מטר מאנשים אחרים, להימנע מהתקהלויות, להשתמש במסיכה במקומות המיועדים לכך, להשתעל אל המפרק, להרבות בשיטת ידיים ולמעט במגע של כפות הידיים עם הפה והעיניים. בהדרגה יוסרו צעדי הסגר, מתוך מטרה להחזיר את החיים למסלולם ולחשוף באופן הדרגתי את הציבור לנגיף הקורונה. החשיפה ההדרגתית תאפשר לאנשים לפתח נוגדנים בצורה מבוקרת ואגב כך חסינות טבעית כנגד הנגיף, תוך מניעת עומסים מיותרים על מערכת הבריאות.

הלימודים האקדמיים טרם חזרו לשגרה, ואנחנו נסמכים בעיקר על תוכנת הזום להעברת התכנים. ההסתגלות אינה קלה, לכם-הסטודנטים ולנו-המרצים, ולכן יש



צורך לגלות אורח רוח. בכדי שנוכל להשלים את הסמסטר, מומלץ למהר ולחזור לשגרת הלימודים, לנהל שיעורים דרך המערכות האלקטרוניות וכן- גם ללמוד באופן עצמאי. דבר אחרון, סטודנטים פנו אלי בנוגע להתנדבות בתקופה זו, וביקשו לסייע לאוכלוסיות שנפגעו מהמשבר- קשישים, אימהות חד הוריות, מהגרי עבודה ואנשים מוגבלים. ניתן להתנדב במסגרות מגוונות- החל בסיוע בהעברת סלי מזון בקהילה, דרך ליווי אנשים מוגבלים ועד עזרה בביקור קשישים ולספק להם אוזן קשבת. המעוניינים להתנדב בתקופה יכולים לקבל פרטים נוספים אצלי או דרך ד"ר אסנת בשקין מהחוג לבריאות הציבור.

אני מקווה שנוכל במהירות להשאיר את האירוע מאחורינו, ולטפל באירוע במסגרת האקדמיה ומתוך ספרי הלימוד במקום להילחם בנגיף באופן יומיומי במציאות ולחזות בתוצאות העגומות של ההתפרצות.

בריאות שלמה,

פרופ' זהר מור

ראש החוג לבריאות הציבור

על התמודדות החוג לסיעוד עם נגיף הקורונה


גב' רחלי סילברן | מנהלת מרכז הסימולציות, החוג לסיעוד
גב' בקי צרפתי | מרכזת תחום סיעוד המבוגר, החוג לסיעוד



בימים אלו של התמודדות עולמית ולאומית עם משבר הקורונה צוות החוג לסיעוד עומד באתגרים מאוד מורכבים, אשר כוללים לא רק מאמץ ודאגה מרביים לקיום תכנית ההוראה העיונית אלא גם החובה שלנו לוודא קיום של התנסויות קליניות במוסדות הבריאות השונים עם כל המשתמע מכך. עלינו לוודא כי במקביל לחשיפה אפשרית של סטודנטים משנה ד' לסכנות שיש בחשיפה בעת עבודתם כחלק מצוות האחים והאחיות כי עליהם גם להשלים את כל חובותיהם כדי לאפשר להגישם למבחן הממשלתי בספטמבר הקרוב.

צוות החוג לסיעוד עושה מאמצים רבים כדי לאפשר קיום הוראה עיונית על פי המתוכנן למרות הקשיים הרבים בגיוס המרצים אשר עובדים שעות ארוכות בתוך מערכת הבריאות לשעות ההוראה שנקבעו, הצוות בהובלתה של פרופ' טובה הנדל יצר מערכת שעות הוראה מקוונת המתאימה לצרכי הסטודנטים תוך שילוב הרצאות ייעודיות בנושא COVID – 19 על פי דרישת מינהל הסיעוד.

עולה השאלה האם יש לאפשר לסטודנטים להמשיך את ההתנסויות לפי תכנית הלימודים, האם לאפשר התנסות לכל הסטודנטים בכל השנים, איך ביה"ח נערך להמשך ההתנסויות של הסטודנטים, איך סטודנטים יגיעו להתנסות כאשר התחבורה הציבורית מצטמצמת, מהי האחריות המוסרית והאחריות המשפטית של הסגל?



על מנת שהסטודנטים יוכלו להמשיך את תכנית הלימודים הם מחויבים למספר שעות התנסות בתחומים השונים בהתאם לשנת הלימודים בה הם נמצאים, סה"כ כ 1200 שעות התנסות.

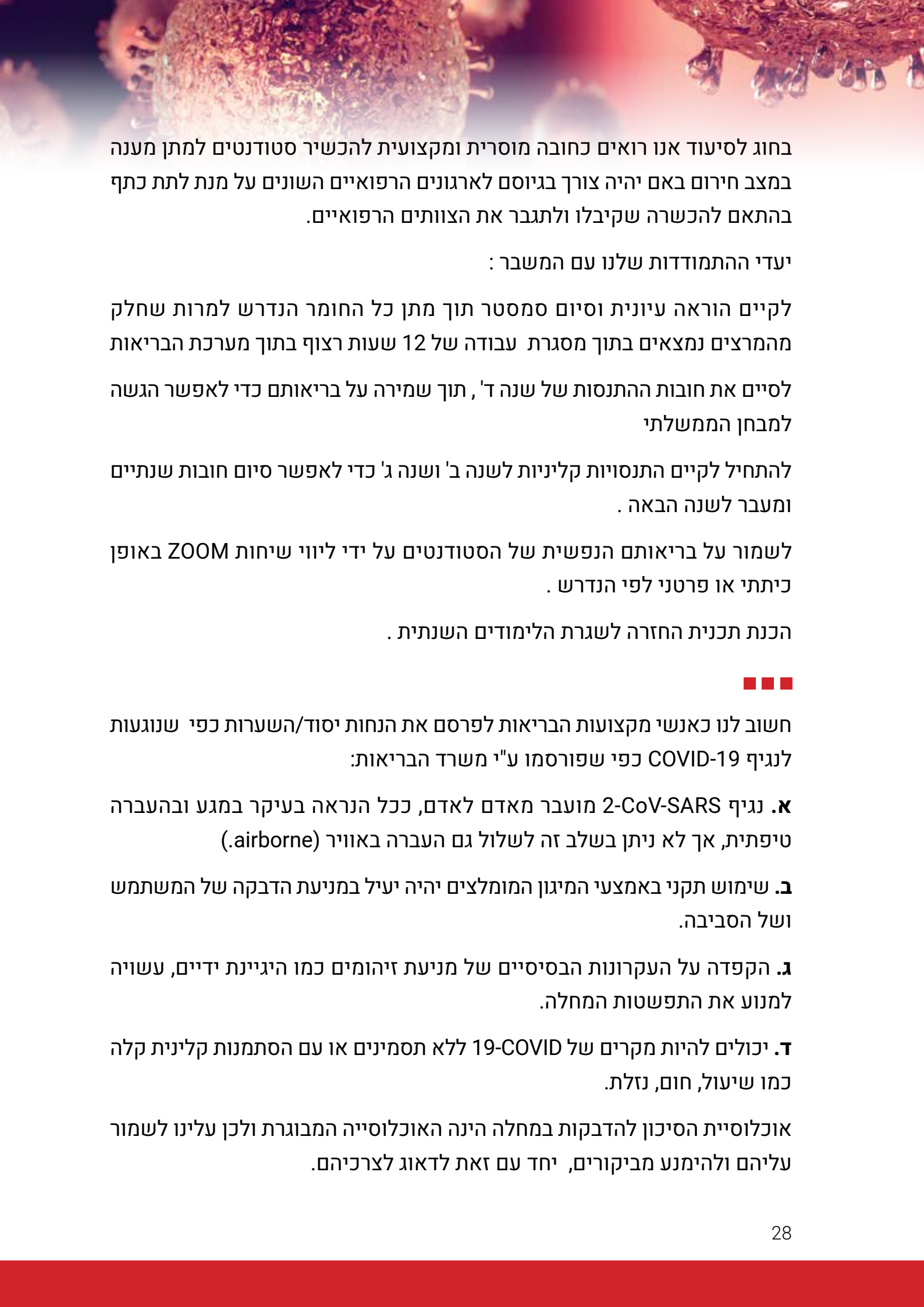
מאפייני הסטודנטים מגוונים בהם אימהות שנאלצות להישאר בבית עם הילדים בגלל הפסקת הלימודים בבתי הספר ובגנים, סטודנטיות הרות שחששו להגיע להתנסות כיוון שלא ידוע מה ההשפעה של הנגיף על אוכלוסייה זו לפחות לא בתחילת התפרצות המחלה. סטודנטים שגויסו למילואים, סטודנטים המוגדרים כעובדים חיוניים ועוד...

לנו כסגל אקדמאי קיימת חובה מוסרית וחובה חוקית כלפי הסטודנטים המגיעים להתנסות בין היתר הרצון שיוכלו להמשיך את תכנית הלימודים וההתנסויות כסדרם על מנת שלא יפגעו מהשינויים ומאידך גיסא המחויבות המוסרית שלנו כלפי הסטודנטים ומניעת חשיפת הסטודנטים למטופלים עם קורונה, אם מאומת או חשוד וחשש להדבקות הסטודנט בנגיף.

שיקול של המשך התנסויות הינו קריטי בעיקר אצל הסטודנטים הנמצאים בשנה ד' ואמורים לגשת לבחינת רישוי בספטמבר 2020. עיכוב בתכנית ההתנסות אצל סטודנטים אלה יש לה השפעה ברמה האישית וברמה הלאומית.

הסטודנט מצפה לסיים את תכנית הלימודים כולל התנסויות על מנת לגשת לבחינת הרישוי, להתחיל את חייו המקצועיים, ולדאוג לביטחון הכלכלי. יחד עם זאת ברמה הלאומית, במשבר הנוכחי בו אנו נמצאים אנו רואים את חשיבות העשייה של הצוותים הרפואיים בהם צוות האחים והאחיות העומדים בחוד החנית במערכת הבריאות, הן באשפוז והן בקהילה. פגיעה בתכנית הלימודים תפגע בכמות האחיות והאחים הבוגרים שיכנסו למערכת הבריאות ויוכלו להשתתף במאמץ הלאומי.

בהיבט של המשך ההתנסויות בשנים ב' + ג' – עקב חוסר הוודאות בהתמודדות עם הנגיף וחשש לחשיפה של הסטודנטים לנגיף הקורונה, התחשבות במצב הסוציו דמוגרפי של הסטודנטים, ומתוך הנחה שיהיה לנו זמן על מנת להתגבר על הפערים, יחד עם העובדה שהשדה הקליני לא ערוך להמשיך ולקבל סטודנטים כבשגרה עקב שינוי ההיערכות בארגונים השונים והקצאת מחלקות מיוחדות לקורונה. מחלקות שמלכתחילה לא רצינו לחשוף את הסטודנטים אליהם, הוחלט כי ההתנסויות במחזורים אלה יופסקו ואת הפערים נשלים בהמשך.



בחוג לסיעוד אנו רואים כחובה מוסרית ומקצועית להכשיר סטודנטים למתן מענה במצב חירום באם יהיה צורך בגיוסם לארגונים הרפואיים השונים על מנת לתת כתף בהתאם להכשרה שקיבלו ולתגבר את הצוותים הרפואיים.

יעדי ההתמודדות שלנו עם המשבר :

לקיים הוראה עיונית וסיום סמסטר תוך מתן כל החומר הנדרש למרות שחלק מהמרצים נמצאים בתוך מסגרת עבודה של 12 שעות רצוף בתוך מערכת הבריאות לסיים את חובות ההתנסות של שנה ד', תוך שמירה על בריאותם כדי לאפשר הגשה למבחן הממשלתי

להתחיל לקיים התנסויות קליניות לשנה ב' ושנה ג' כדי לאפשר סיום חובות שנתיים ומעבר לשנה הבאה .

לשמור על בריאותם הנפשית של הסטודנטים על ידי ליווי שיחות ZOOM באופן כיתתי או פרטני לפי הנדרש .

הכנת תכנית החזרה לשגרת הלימודים השנתית .



חשוב לנו כאנשי מקצועות הבריאות לפרסם את הנחות יסוד/השערות כפי שנוגעות לנגיף COVID-19 כפי שפורסמו ע"י משרד הבריאות:

א. נגיף 2-CoV-SARS מועבר מאדם לאדם, ככל הנראה בעיקר במגע ובהעברה טיפתית, אך לא ניתן בשלב זה לשלול גם העברה באוויר (airborne).

ב. שימוש תקני באמצעי המיגון המומלצים יהיה יעיל במניעת הדבקה של המשתמש ושל הסביבה.

ג. הקפדה על העקרונות הבסיסיים של מניעת זיהומים כמו היגיינת ידיים, עשויה למנוע את התפשטות המחלה.

ד. יכולים להיות מקרים של COVID-19 ללא תסמינים או עם הסתמנות קלינית קלה כמו שיעול, חום, נזלת.

אוכלוסיית הסיכון להדבקות במחלה הינה האוכלוסייה המבוגרת ולכן עלינו לשמור עליהם ולהימנע מביקורים, יחד עם זאת לדאוג לצרכיהם.



סימנים:

◀ שיעול, קשיי נשימה, חום, נזלת, סימני שפעת

טיפול:

◀ בשלב הקל טיפול סימפטומטי, המטופל יהיה בבידוד.

◀ בשלב הבינוני, קשה – המטופל יאושפז במחלקת קורונה ועקב הסיבוכים עשוי להיות מונשם ומורדם.



סיבוכים:

◀ דלקת ריאות והפרעות בתפקודי קרישה

צוות החוג לסייעוד מאחל לכל סגל המכללה ולכל הסטודנטים ובני משפחותיהם איחולי בריאות וחזרה מהירה ובטוחה לשגרה .

מים תחילה בכל ארוחה - עוזרים למניעת השמנה

פרופ' ניבה שפירא | ראש החוג לתזונה



רקע


העלייה הדרמטית בהשמנת אוכלוסיית העולם הביאה להכרזה עליה כמגיפה עולמית. גם אם אינה מדבקת ע"י חיידק או וירוס, היא מתפשטת בכל מקום בו מגיעה התזונה המתועשת, יחד עם המחלות הנלוות אליה – מחלות לב, סוכרת, סרטן, אלצהיימר ודלקות למיניהן. כך גם בארצות שההיסטוריה שלהן הייתה מאופיינת במשך אלפי שנים כרזה ובריאה!

העובדה שהיא גורמת למחלות כרוניות, מגייסת את מדעי התזונה והרפואה לחקור את הגורמים והדרכים להדביר את המגיפה הפוגעת בכל שבכות האוכלוסייה. במיוחד באוכלוסיות מוחלשות – הנחשפות למזון מעובד, מרוכז, מושך בטעמו, וזמין במחירים זולים יחסית - הודות לכך שהוא מתועש ומיוצר בייצור המוני – וכתוצאה מכך גורם להשמנה מואצת. המלחמה בהשמנה הביאה לשלל שיטות – תזונתיות, התנהגותיות, ורפואיות – תרופות וניתוחים כירורגיים. חלק מהן נמצאו יעילות לטווחי זמן שונים, אבל לא תמיד זמינות לכל הציבור ולעיתים אף יכולות להשאיר נזקים ישירים ועקיפים.



מגפת ההשמנה מתחילה בילדים

כיוון שהשפעת התזונה המודרנית נכרת כבר בילדות - בסיכון משמעותי להשמנת ילדים, שמנבאת גם השמנה מאוחרת בגיל מבוגר יותר – נעשה מאמץ גדול לחינוך



להרגלי תזונה מגנים מפני מגפת ההשמנה כבר מגיל הילדות המוקדמת. הקושי המיוחד בילדים, שמתפתים בקלות גדולה יותר למזונות "טעימים" – בעיקר שמנים ומתוקים, כי מטבענו הביולוגי הם מושכים יותר. כאן חשוב לחזק – בוך המזון עצמו - את הגורמים המטבוליים/פיסיולוגיים שתורמים למניעת השמנה, כבסיס לחינוך למודעות ולשינוי התנהגות אכילה, אשר בד"כ דורש השקעה רבה – מצד הילד, המשפחה, הקהילה ושירותי הבריאות, שלא תמיד זמינה ומספיקה לכולם.



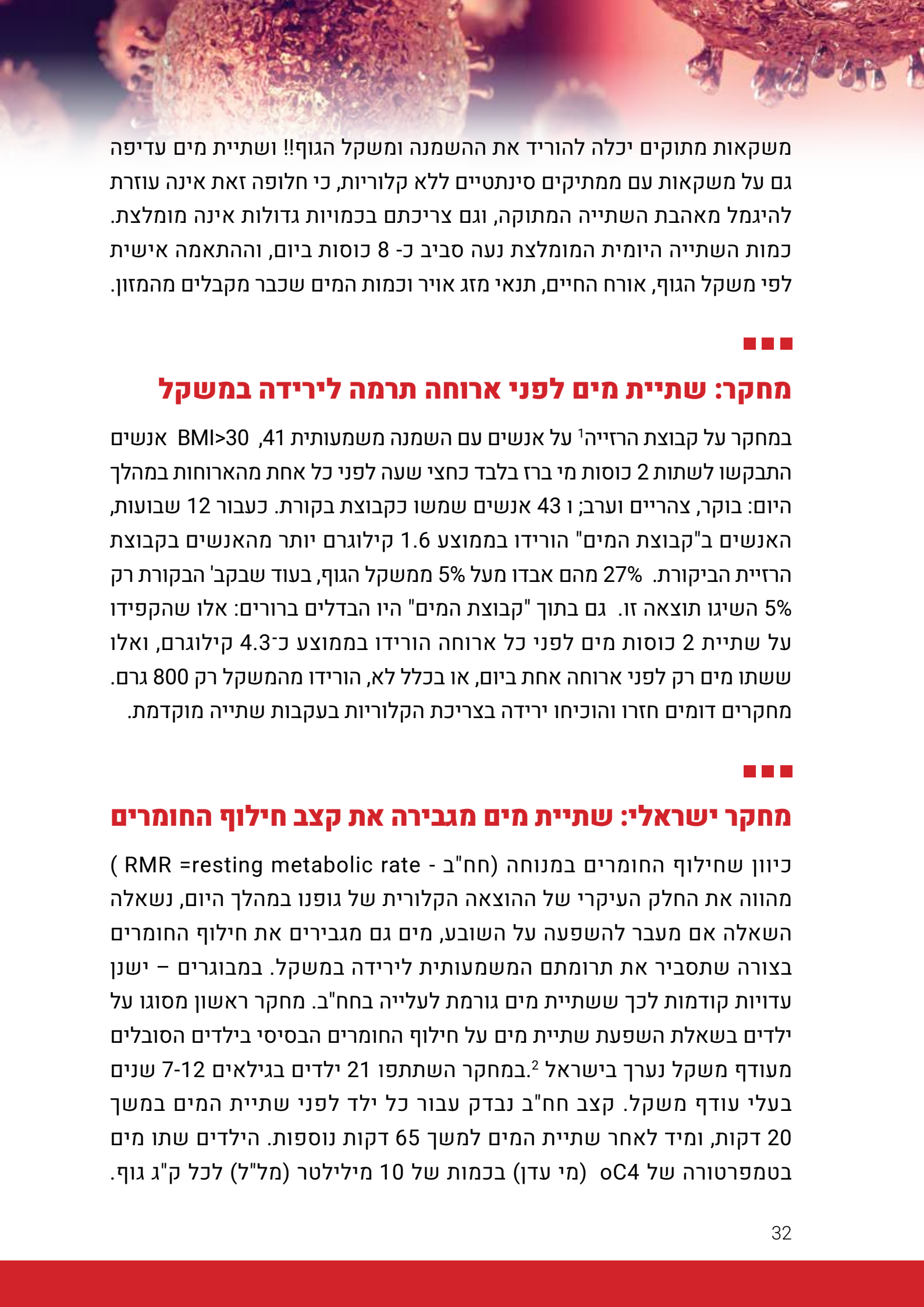
תרומת המים למקדם השובע של המזון

אחת מהדרכים להילחם בהשמנה היא להגדיל את השובע היחסי לקלוריה של המזונות והארוחות אותם אנו אוכלים. כיוון שהגורם המשפיע ביותר על תחושת השובע מהמזון הוא גודל המנה- משקל/נפח, בחירה של מזונות בעלי צפיפות קלורית נמוכה משביעה יותר יחסית לקלוריות. כאן למים יתרון מוחלט – כיוון שהם לא מכילים קלוריות, ומגדילים את הנפח! ואומנם, מחקרי שובע הוכיחו שמזונות עשירים במים, לדוגמא ירקות ופירות, הם בעלי ערך שובע גדול יותר. וככל שנאכל אותם בתחילת הארוחה או מעט לפנייה – לדוגמא, במרק, סלט ופרי – תפחת צריכת הקלורית מהארוחה כולה. העובדה שמזון מוצק משביע יותר ממזון נוזלי, מציעה שלצריכת מים בהקשר של מזון/ארוחה משמעות גדולה יותר משתייה בין ארוחות. כיוון ששתייה מתוקה תורמת הרבה פחות לשובע – שכן המתיקות דווקא מעוררת 'טעם של עוד', וכתוצאה הרבה 'קלוריות ריקות' - החלפתה במים או במשקאות דלי קלוריות מומלצת ביותר בתוכנית הרזיה/שמירת משקל.



תרומת המים לירידה במשקל

ההמלצה לצרוך מים כדי לרדת במשקל מבוססת על ההבנה שמים ממלאים את הבטן ולכן גורמים לאנשים להרגיש מלאים יותר, וכתוצאה מכך הם אוכלים פחות קלוריות בארוחה. בנוסף ההמלצה על הגדלת צריכת המים מכוונת גם להחליף משקאות מתוקים – המכילים קלוריות רבות, לדוגמא - פחית משקה תוסס יכלה להכיל 10 כפיות סוכר - ומושכים את הצרכנים, במיוחד ילדים, כיוון שהעדפת המתוק מוטבעת בטבענו. ריכוזי הסוכר הגבוהים מסבירים מדוע רק הורדה של



משקאות מתוקים יכלה להוריד את ההשמנה ומשקל הגוף!! ושתיית מים עדיפה גם על משקאות עם ממתקים סינתטיים ללא קלוריות, כי חלופה זאת אינה עוזרת להיגמל מאהבת השתייה המתוקה, וגם צריכתם בכמויות גדולות אינה מומלצת. כמות השתייה היומית המומלצת נעה סביב כ- 8 כוסות ביום, וההתאמה אישית לפי משקל הגוף, אורח החיים, תנאי מזג אוויר וכמות המים שכבר מקבלים מהמזון.




מחקר: שתיית מים לפני ארוחה תרמה לירידה במשקל

במחקר על קבוצת הרזייה¹ על אנשים עם השמנה משמעותית BMI>30, 41 אנשים התבקשו לשתות 2 כוסות מי ברז בלבד כחצי שעה לפני כל אחת מהארוחות במהלך היום: בוקר, צהריים וערב; ו 43 אנשים שמשו כקבוצת בקורת. כעבור 12 שבועות, האנשים ב"קבוצת המים" הורידו בממוצע 1.6 קילוגרם יותר מהאנשים בקבוצת הרזיית הביקורת. 27% מהם אבדו מעל 5% ממשקל הגוף, בעוד שבקב' הבקורת רק 5% השיגו תוצאה זו. גם בתוך "קבוצת המים" היו הבדלים ברורים: אלו שהקפידו על שתיית 2 כוסות מים לפני כל ארוחה הורידו בממוצע כ-4.3 קילוגרם, ואלו ששתו מים רק לפני ארוחה אחת ביום, או בכלל לא, הורידו מהמשקל רק 800 גרם. מחקרים דומים חזרו והוכיחו ירידה בצריכת הקלוריות בעקבות שתייה מוקדמת.



מחקר ישראלי: שתיית מים מגבירה את קצב חילוף החומרים

כיוון שחילוף החומרים במנוחה (חח"ב - RMR = resting metabolic rate) מהווה את החלק העיקרי של ההוצאה הקלורית של גופנו במהלך היום, נשאלה השאלה אם מעבר להשפעה על השובע, מים גם מגבירים את חילוף החומרים בצורה שתסביר את תרומתם המשמעותית לירידה במשקל. במבוגרים – ישנן עדויות קודמות לכך ששתיית מים גורמת לעלייה בחח"ב. מחקר ראשון מסוגו על ילדים בשאלת השפעת שתיית מים על חילוף החומרים הבסיסי בילדים הסובלים מעודף משקל נערך בישראל². במחקר השתתפו 21 ילדים בגילאים 7-12 שנים בעלי עודף משקל. קצב חח"ב נבדק עבור כל ילד לפני שתיית המים במשך 20 דקות, ומיד לאחר שתיית המים למשך 65 דקות נוספות. הילדים שתו מים בטמפרטורה של 4°C (מי עדן) בכמות של 10 מילילטר (מל"ל) לכל ק"ג גוף.



השינויים בחח"ב לאורך הזמן נבדקו באמצעות בדיקות חוזרות לאורך זמן הבקרה. תוצאות המחקר הראו שקצב חח"ב, התחיל לעלות לאחר 3 דקות, ומגמת העלייה נמשכה לאורך כל שעת המדידה, ונמצא גבוה באופן מובהק החל מהדקה ה- 24 לאחר השתייה והלאה. כמו כן נמצא מתאם חיובי מובהק בין חח"ב למסת השריר, לגיל, למשקל ולכמות מים ששתה הילד. המתאם היה גבוה יותר עם ערכי חח"ב המרביים לאחר שתיית המים, לעומת המתאם שנמצא בין ערכי הבסיס. לא נמצא הבדל בין הבנים לבנות בהיבט זה. מסקנת המחקר הייתה ששתיית מים קרים בכמות של 10 מ"ל לק"ג גוף, מעלה את חח"ב בילדים בעלי עודף משקל בשיעור של עד 26% ולמשך למעלה משעה.



סיכום

למחקר הישראלי משמעות גדולה במיוחד, כיוון שמצביע על השפעה פיסיוולוגית משמעותית לשתיית מים, המתבטאת בעלייה בחילוף חומרים. זאת מעבר להשפעה המשמעותית על השובע והפחתת האכילה. שילוב של שני גורמים אלו מצביע על פוטנציאל הגברת השתייה לפני הארוחות על פוטנציאל השמירה על משקל הגוף ותרומה לחילוף חומרים תקין.

במיוחד לאור החשיבות המיוחדת שיש להשמנת ילדים, שכן עודף משקל/השמנה בילדות מועידה את הילדים להשמנה מתמשכת בגיל המבוגר, עם כל הסיכונים הבריאותיים המצטברים,

חשוב לזכור שהתזונה המודרנית המבוססת על מזון המעובד, שהוא באופן כללי מרוכז יותר מהתזונה ההיסטורית שצרך האדם, ומהווה גורם מרכזי במגפת ההשמנה. לעומתו - אימוץ ההרגל של שתיית מים בכמות משמעותית לפני כל ארוחה יכל להחזיר את הארוחה לריכוזה ההיסטורי - ולהגן עלינו מפני הסיכון להשמנה. וזהו רק ביטוי אחד של התועלת המרובה שטמונה בשתייה נכונה.

Helen M. Parretti, Paul Aveyard, Andrew Blannin, Susan J. Clifford, Sarah J. Coleman, Andrea Roalfe, Amanda J. Daley. Efficacy of water preloading before main meals as a strategy for weight loss in primary care patients with obesity: RCT. *Obesity*, 2015; DOI: 10.1002/oby.21167

G Dubnov-Raz 1, N W Constantini, H Yariv, S Nice, N Shapira, Influence of Water Drinking on Resting Energy Expenditure in Overweight Children. *Int J Obes (Lond)*. 2011 Oct;35(10):1295-300


גילנות והיחס כלפי האוכלוסייה הזקנה בתקופת משבר הקורונה

ד"ר יואב ברגמן | הפקולטה לעבודה סוציאלית



מאז תחילת משבר הקורונה, אנו עדים לעלייה ברמת הגילנות כלפי האוכלוסייה הזקנה בישראל ובעולם. "גילנות" מוגדרת כעמדות שליליות ו/או אפליה כלפי זקנים, ויכולה לבוא לידי ביטוי בהדרתם של זקנים מהחברה, הימנעות ממגע עמם, וחוסר רגישות לצרכיהם הפיזיולוגיים והרגשיים. בתקופה זו, ניתן לראות תופעות כגון איסור על כניסה לבתי אבות ולבתי הדיור המוגן, המתנה ארוכה לבדיקות לגבי ההידבקות בנגיף, או תחושות של הפקרה והזנחה של האוכלוסייה המבוגרת. במצב עניינים זה, נפגעת למעשה האוכלוסייה הזקנה פעמיים: ראשית, עקב פגיעותם הפיזיולוגית המוגברת של הזקנים לנגיף, ושנית, עקב הצורך המוגבר שלהם בקשרים אנושיים. לפי תיאוריית הסלקטיביות החברתית-רגשית (Socioemotional Selectivity Theory) של קרסטנסון, לאוכלוסייה המבוגרת יש צורך מוגבר בקשרים בין-אישיים קרובים, וקשרים אלה מהווים נדבך קריטי לרווחתם הנפשית, לאיכות חייהם ולהפגת תחושת הבדידות.

ייתכן וניתן להסביר את העלייה בגילנות בתקופה זו לאור תיאוריית ניהול האימה (Terror Management Theory), הגורסת כי כאשר אנו הופכים למודעים לכך שחיינו אינם אין-סופיים (ואין ספק כי התקופה הנוכחית, הצופנת בחובה חוסר וודאות לגבי בריאותנו, עתידנו והמשך חיינו), אנו מפעילים הגנות פסיכולוגיות שמטרתן להרחיק את איום המוות מעצמנו מחד גיסא, ומקבוצות חברתיות אליהן אנו



משתייכים מאידך גיסא. בהקשר הנוכחי, ניתן להניח שכאשר וירוס הקורונה מוגדר, לפחות באופן חלקי, כ"מחלה שממנה מתים בעיקר זקנים", הגדרה זו עשויה לשמש את האוכלוסיות הצעירות כהגנה מפני האיום מוירוס הקורונה. הספרות המקצועית מראה כי אנשים צעירים מקשרים את המראה של האדם המבוגר עם חרדה מהמוות, וכי אנשים גילניים הראו פחות חרדה מתהליכי ההזדקנות והמיתה כאשר הם חשים קרובים למותם. עם זאת, בעוד שהגנה זו עשויה להיות מועילה עבור צעירים, עלינו לקחת בחשבון את המחיר הרגשי והבריאותי שעמדה זו גובה מהאוכלוסייה הזקנה. האוכלוסייה הזקנה סובלת יותר, גם בתקופות רגילות, מתופעות כמו בדידות ודיכאון. לפיכך, הקשיים הפסיכולוגיים של אוכלוסייה זו, בייחוד לאור הבידוד החברתי, הקושי להשתמש במדיה האלקטרונית ליצירת קשר, והתחושה שהם נותרו ללא מענה בעת המשבר, הוא משמעותי ביותר.

על כולנו, כחברה וכיחידים, לעשות מאמץ רב על מנת להבין את הקשיים הייחודיים העומדים בפני האוכלוסייה המבוגרת בתקופה הנוכחית. על הבנה זו להוביל להתגייסות מצד הממסד וחשיבה על פתרונות קונקרטיים שיסייעו לאנשים זקנים לעבור את משבר הקורונה בצורה הטובה ביותר, לצד מאמץ של כל אחד ואחת מאיתנו לדאוג לאנשים זקנים ולטעת בהם את ההבנה כי ייתכן וכמו רבים מאיתנו, הם נמצאים כעת לבד, אך הם אינם בודדים. היכולת שלנו לסייע לקבוצה זו, אם באופן פרקטי (כגון עריכת קניות, סיוע באחזקת הבית במידת האפשר, או פעולות התנדבותיות נוספות), ואם באופן סמלי (כגון עריכת "ליל סדר משותף" לקומת המגורים, תוך שמירה על מגבלות הריחוק החברתי, כפי שראינו בחג הפסח האחרון), עשויה להוות תרומה מכרעת עבור האדם המבוגר. לאור הקשרים המשמעותיים בין רווחה נפשית לבריאות פיזיולוגית, אין ספק כי לצד התועלת הפסיכולוגית של פעולות מסוג זה, ביכולתן להשפיע גם על בריאותה של אוכלוסיית הזקנים, ועל בריאותנו שלנו.

ההשלכות הגיאופוליטיות של משבר נגיף הקורונה

ד"ר עופר ישראלי |
החוג ללימודים רב-תחומיים במדעי החברה



שנת 2020 החלה באופן שלילי ביותר עבור סין. כאשר וירוס הקורונה התפרץ בעיר ווהאן ראשי המפלגה הקומוניסטית פעלו להשתיק זאת. חלק מהחוקרים צפו כי האירוע עלול להיות "הצ'רנוביל" של סין – תוך התייחסות לאופן שבו הקרמלין שיקר בנוגע לתאונה הגרעינית שסייעה לקריסתה של ברית המועצות. האם הם טעו? לאחר הכישלון הראשוני, סין הטילה סגר על העיר. נראה שהסגר סייע ומספר המקרים המדווחים בהידבקות בנגיף הקורונה האט. מפעלים בסין שבו לייצר וחוקרים סיניים פועלים נמרצות לפתח תרופה וחיסון לנגיף.

סין מנצלת את המשבר לחיזוק מעמדה העולמי. קמפיין תעמולה רחב מסביר שסין מצליחה לשלוט במשבר האפידמי תודות לשליטה של מפלגה-אחת חזקה. המדינה גם מספקת למדינות רבות בעולם ערכות רפואיות נדרשות. סין גם משדרת מסרים לפיהם שיטת המשטר הדמוקרטי, הנפוצה בעולם המערבי, היא שיטה הכושלת בהתמודדותן של מדינות המערב עם המשבר וכך, בעקיפין, גם מהללת את שיטת המשטר האוטוריטרית הסינית.

אולם, מדינות רבות בעולם מתבוננות בחשדנות במניעים של סין. האיחוד האירופי לדוגמא עודד את מדינות האיחוד למנוע מסין להשיג עליונות בשווקים המצויים כעת במשבר. באופן רחב יותר, המשבר הוביל מדינות רבות בעולם להגיע למסקנה שאל להן להסתמך באופן מוחלט על סין כמקור עבור המוצרים והשירותים שלהן.



ארגון הסחר העולמי צופה ירידה של עד 30% בסחר העולמי וכתוצאה מכך לפגיעה קשה בגלובליזציה, מה שיפגע קשות בסין אשר כלכלתה נשענת באופן מובהק על ייצוא.

משבר הקורונה הוא מהמשברים החמורים ביותר במאה הנוכחית ועשוי לסמן נקודת תפנית בגאופוליטיקה העולמית. האם המשבר יוביל לעלייתה הסופית של סין לקדמת הבמה העולמית תלויה רבות באופן התנהלותה של בייג'ין אך לא פחות מכך, באופן שבו וושינגטון תדע להתנהל מול המשבר הפנימי הקשה סביב הנגיף ויכולתה, או רצונה, להמשיך ולשמש במעצמה המובילה בזירה הבינלאומית.



הלכה וסגר - השפעות הדדיות

הרב ד"ר יהודה יונגסטר | מרצה לתלמוד



עבור יהודי שומר מצוות מזמן הסגר שנכפה עלינו בתקופת הקורונה שאלות שאינן מתעוררות בחיי שגרה. יש לזכור, כי הקהילתיות היא מאפיין חשוב מאד בחיי השגרה של יהודים שומרי תורה ומצוות, וכך שאבדן הביטחון הקשור לחיי שגרה היא דומיננטית מאד עבורם בהיבטים רבים שאינם מוכרים לאלה שאינם אמונים על שמירת מצוות. במאמר קצר זה נסקור שאלות אחדות שהתעוררו בתקופת הסגר, ודרכים שונות לפתרונן. כפי שנראה, כללי הסגר הושפעו לעתים מאילוצים הלכתיים, ומאידך, פוסקי הלכה התחשבו במגבלות שיצר הסגר.



טקסי נישואין

כללי הסגר (לפני פסח) התירו קיום חתונות בנוכחות עשרים איש. מדוע עשרים דוקא? מתברר, כי כאן כללי הסגר התחשבו באילוצים הלכתיים. קשר הנישואין בנוי על פי ההלכה משני חלקים. חלקו הראשון הוא יצירת הזיקה המשפטית הקושרת את בני הזוג ויוצרת מעמד אישי חדש. שלב זה נקרא בלשון התורה "אירוסין" ובלשון חכמים – "קידושין". בשלב זה של הנישואין החתן נותן לכלה דבר מה בעל ערך

כספי (בדרך כלל – טבעת) ומקדש אותה לו לאשה. התוקף המשפטי של הקידושין תלוי בנוכחות שני עדים כשרים.

החלק השני של החתונה הוא החופה: כניסת שני בני הזוג תחת החופה היא מעשה סמלי המבטא את העובדה ששני בני הזוג מקימים יחד בית חדש. יש לציין, כי זה מאות שנים מקובל לאחד את שני החלקים הללו, ולבצע את הקידושין תחת החופה. נוסף על האמור, בטקס החופה יש לברך "שבע ברכות", וכדי לומר אותן יש צורך בנוכחות של "מניין", כלומר – עשרה גברים מבוגרים.

נמנה אפוא את המספר הקטן ביותר של משתתפים המאפשר חתונה: חתן וכלה – חייבים להיות, הרי לנו שניים. נוסף להם – יש צורך בשני עדים, והרי אנו כבר בארבעה. נוכח גם רב שעורך את החופה – ואנו כבר בחמישה. מתוך החמישה יש רק ארבעה גברים, ולכן יש צורך בששה נוספים כדי ליצור "מניין", כך שאנו כבר באחד עשר נוכחים. אם נוסיף לכך שני זוגות הורים, הרי שאנו בחמשה עשר, ואם נרצה לתעד, הרי שהצלם הוא הששה עשר, ונגן אחד לפחות – הגענו לשבעה עשר! האם אפשר לצמצם?

אין אפשרות למנות את אבי החתן ואבי הכלה כעדים, משום שקרובי משפחה אינם עדים כשרים. אך יש אפשרות שהרב יהיה אחד העדים. כמו כן, אפשר שהצלם ישמש כעד, וכך חסכנו שניים, וחזרנו לחמשה עשר. וכאן אנו מגיעים להוראות הסגר: אם ממילא מספר הנוכחים הקטן ביותר גדול מעשרה, נאפשר גם למעט קרובי משפחה נוספים להשתתף, וכך הגענו לעשרים.



תפילה בציבור

הצורך במניין נוגע לחיי היומיום של שומרי תורה ומצוות, שכן התפילות היומיות נערכות במניין, כלומר – בנוכחות של עשרה אנשים לכל הפחות. כיצד מתפללים במניין אם אסור להתכנס?

השאלה ההלכתית המדויקת היא: מהו הקריטריון הרואה בעשרה אנשים – "קבוצה". האם הם צריכים להתכנס באותו מקום? מהו המרחק המירבי שעדיין מאפשר לראותם קשורים זה לזה?



מתברר, ששאלת הצירוף של פרטים לקבוצה – נידונה בהלכה במקרים נוספים: על פי המשפט העברי, עדות קבילה בבית הדין היא עדות של שני עדים. בעניינים משפטיים מסוימים, שני העדים האלה חייבים להיות מוגדרים כ"כת" – קבוצה אורגנית, ולא צירוף של עד אחד ועוד עד אחד הנפרדים זה מזה. והנה, מתברר שההלכה רואה בשני העדים "כת" גם אם הם נמצאים במקומות רחוקים זה מזה, כל עוד קיים קשר עין, ולו עקיף, ביניהם.

וכך אומץ עיקרון זה גם לעניין התפילה במניין: יעמדו כל המתפללים איש במרפסתו, ואם יוצר קשר עין בין עשרה – הרי לנו מניין! כך נולדו "מנייני המרפסות". האם ניתן לאמץ זאת לימים כתיקונם? דומה כי פוסקי ההלכה לא יסכימו לכך, ורבים מהם סבורים ש"מניין" אינו כדיני עדות, כך שרק אם כל העשרה מכונסים במקום אחד אפשר לראותם כ"מניין". אך בשעת הדחק – יש על מה לסמוך.



ראינו אם כן, כיצד הוראות הסגר התחשבו בהלכה, וכן – כיצד ההלכה התחשבה באילוצי הסגר.

בתקווה לימים קלים יותר במהרה!